

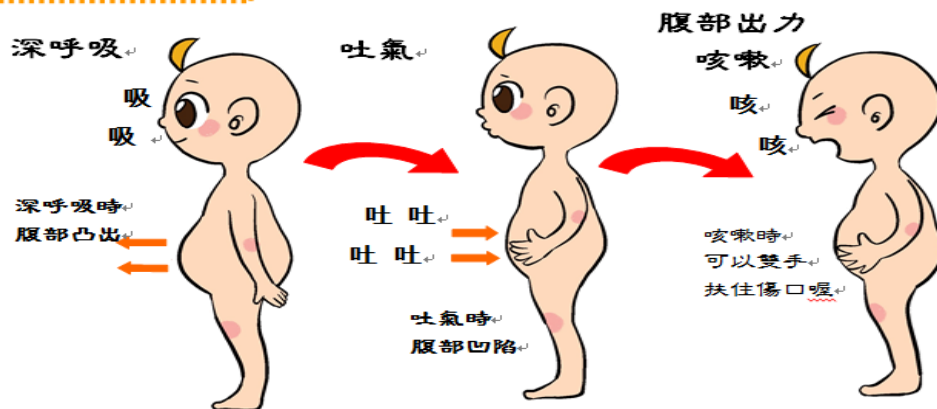
# 大腸直腸手術須知

## 一、大腸直腸手術前準備

- 1.手術前兩天開始食用低渣飲食。
- 2.清腸後開始食用清流質飲食，如：無油清湯、魚湯、運動飲料、米湯、無渣果汁等，並依醫師指示，服用瀉劑及灌腸，以將腸道糞便清除。
- 3.服用瀉劑或灌腸後易跑廁所，如廁後，建議您用溫水沖洗後可用凡士林塗抹肛門口周圍，減少因使用衛生紙擦拭導致肛門疼痛，可預防紅臀及破皮發生。
- 4.手術當天午夜十二點以後開始禁食，不可吃任何食物，包含開水。
- 5.手術當天早上請您換上手術衣，並且除去手飾、活動假牙、隱形眼鏡、手錶、內衣褲等，之後護理人員會幫你打上點滴。
- 7.手術前，需多加練習做深呼吸及咳嗽的動作，有利於手術後痰液的咳出，促進肺部擴張。

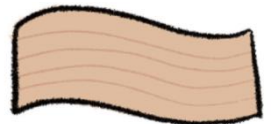
### 肺部呼吸訓練

### 如何腹式呼吸以及咳嗽?



## 二、大腸直腸手術後須知

- 1.手術後身上會放置引流管，如：鼻胃管、傷口引流管、導尿管，下床活動時，應避免拉扯及扭曲到管子，而影響引流功能；如果有滑出或鬆脫，請立即通知護理人員，勿自行推回或拔除。
- 2.腹部傷口需使用束腹帶，以減輕腹壓增加，至少需使用 3 個月。
- 3.傷口疼痛時，可告知護理人員，會依醫師囑咐適時給您使用止痛劑。
- 4.手術後需禁食（包含開水），可用棉籤沾嘴唇或護脣膏潤唇；每日仍可漱口及刷牙，但勿將水吞入。
- 5.手術後及早下床活動，可促進腸蠕動，降低腸沾黏的發生，並促進排氣。
  - (1)下床活動時，先於床邊坐立 20 分鐘後，若無頭暈不適才可以下床活動；下床活動時需有家屬陪同。
  - (2)無法下床活動者，可於床上左右翻身以促進腸動。



束腹帶

## 大腸直腸手術須知

6.手術後需禁食直到排氣後，並依醫師指示採漸進式飲食，採少量多餐且需多下床活動。

7.每 8 小時應紀錄攝入排出量。

(1)第一階段：喝水（每小時 30cc）。

(2)第二階段：清流質飲食，如：清湯、魚湯、運動飲料、米湯、無渣果汁。

(3)第三階段：低渣軟質飲食如：稀飯、白吐司、麵條、蔬菜嫩葉部分、去皮及去筋瘦肉、魚肉（去除魚皮及魚肚部分）、各種過濾果汁、蒸蛋。

(4)注意事項：



a.低渣飲食至少需持續一個月。

b.詳細了解低渣飲食選擇，本院設有「低渣飲食衛教單張」，需要時可至護理站領取，並會協助會診營養師給予營養諮詢。

8.若無禁忌，應每日攝取 1500ml~3000ml 以上的水份。

9.定期測量體重，以瞭解體重的變化情形。

10.避免菸（含電子煙）、酒、檳榔等刺激性的攝取。

### 三、出院後注意事項

出院後請依醫師指示按時正確服藥，及回門診追蹤；居家期間若有腹部脹痛厲害、傷口紅腫不適或發高燒不退等情況，應立刻就醫求診。

#### 參考資料

翁麗雀（2023）．消化系統疾病病人的護理．廖張京棟、蔡秀鸞總校閱，最新實用內外科護理學上冊（7 版，11.104-11.114）．永大。

周繡玲（2024）．消化系統疾病之護理．劉雪娥總校閱．成人內外科護理下冊（九版，16.423-16.435）．華杏。